

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Menurut World Health Organization (WHO) kualitas hidup adalah kualitas yang dirasakan individu dalam kehidupan sehari-harinya terhadap suatu penilaian atas kesejahteraan atau ketiadaan yang berkaitan dengan tujuan, harapan, standar, dan kekhawatiran individu tersebut (World Health Organization, 2012). Oleh karena itu kualitas hidup dipakai sebagai istilah umum yang mencakup dalam semua aspek kehidupan manusia yaitu kesehatan fisik dan mental, keadaan psikologis (kognitif dan emosional), hubungan sosial, kondisi ekonomi, dan kemungkinan rekreasi dan kehidupan kerja. Pada tingkat individu kesejahteraan merupakan indikator kuat kualitas hidup seseorang yakni dapat dilihat dari keadaan emosi seseorang dan persepsi tentang berbagai aspek kehidupan seseorang, dilihat apakah mereka memenuhi standar atau harapan orang tersebut tentang kehidupan mereka (Efklides & Moraitou, 2013).

Menurut Afiyanti (2010) konsep kualitas hidup pertama kali dijelaskan oleh budaya Cina yang memberi definisi pertama tentang kualitas yang dikaitkan dengan nilai tertinggi dari hidup, kualitas hidup sering kali dihubungkan dengan kesejahteraan. Menurut Moons, Budts & Gist (dalam Afiyanti, 2010) konseptualisasi kualitas hidup membahas perilaku individu yang menghubungkan dengan kapasitas kognitif, kesejahteraan emosi dan berbagai kemampuannya. Individu yang memiliki kualitas hidup yang positif adalah individu yang memiliki

persepsi psikologis yang positif, memiliki kesejahteraan emosional, memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik yaitu dengan melakukan aktivitas-aktivitas yang ingin dilakukan dan memiliki hubungan yang baik dengan keluarga dan teman sehingga dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial dilingkungan yang aman dengan fasilitas yang baik dan memiliki uang yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dalam sehari-hari (Preedy & Watson dalam Sari, 2017). Konsep kualitas hidup (perasaan kepuasan, kebahagiaan, dan kesejahteraan) dapat mengukur perasaan kesejahteraan seseorang (Andrew dalam Afriyanti, 2010). Kesejahteraan menurut individu ialah kesejahteraan yang subjektif dari persepsi individu tersendiri dalam hidupnya yang berhubungan dengan aspek kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Sehingga dari pengalaman kualitas hidup individu tersebut dapat menjadikan sebuah fenomena yang menarik untuk diteliti.

Menurut WHOQOL Group (Power dalam Lopers dan Snyder, 2004) kualitas hidup memiliki enam aspek yaitu kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, hubungan dengan lingkungan, dan keadaan spiritual. Kemudian World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) dibuat menjadi instrument WHOQOL-BREF yaitu dibuat menjadi empat aspek yaitu pertama aspek Kesehatan fisik dapat mempengaruhi aktivitas dalam keseharian individu yaitu berupa pengalaman individu dan dapat menjadikan individu dapat berkembang ditahap selanjutnya. Kesehatan fisik individu mencakup kegiatan kehidupan dalam sehari-hari yaitu seperti melakukan pekerjaan rumah, bekerja, berolahraga atau adanya kegiatan yang terprogram,

kesehatan fisik juga adalah keadaan yang baik artinya bebas dari sakit sehingga tidak ada ketergantungan pada bahan obat-obat atau alat bantu medis dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Selanjutnya aspek kedua yaitu aspek psikologis merupakan sebuah gambaran keadaan mental individu dimana individu tersebut dapat menyesuaikan diri terhadap berbagai tuntutan internal dan eksternal.

Aspek psikologis juga berkaitan dengan aspek fisik yaitu dimana individu dapat dikatakan sehat mental jika melakukan aktivitas dengan baik. Aspek psikologis mencakup berupa perasaan negatif, perasaan positif, harga diri, agama atau keyakinan diri, berpikir, belajar, daya ingat, konsentrasi. Selanjutnya aspek hubungan sosial adalah hubungan dua individu atau lebih dimana tingkah laku sangat mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki tingkah laku individu lainnya sehingga dapat merealisasikan hidup serta dapat berkembang menjadi manusia setuhnya.

Hubungan sosial mencakup hubungan pribadi, dukungan sosial, aktivitas seksual. Selanjutnya yang terakhir adalah Aspek lingkungan merupakan tempat tinggal dan adanya sebuah sarana dan prasana dimana individu dapat melakukan segala aktivitas dalam kesehariannya. Aspek lingkungan mencakup sumber daya keuangan finansial, kebebasan, kesehatan jasmani, keamanan, dan kesejahteraan, perawatan kesehatan, sosial aksesibilitas dan kualitas seperti lingkungan rumah dan kesempatan untuk mendapatkan berbagai informasi dan keterampilan. Pada umumnya kualitas hidup cenderung membahas tentang kesehatan pada seseorang dan sangat jarang untuk membahas kualitas hidup pada status atau peran sebagai orang tua tunggal terutama ibu tunggal, karena tujuan kualitas hidup lebih

cenderung untuk mengukur dampak-dampak permasalahan kesehatan pada kehidupan sehari-hari manusia (Power dalam Efklides, 2013). Ibu tunggal sangat penting untuk diteliti karena mengalami berbagai macam permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari seperti mengalami gangguan kesehatan fisik dan psikologis yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari, sulit bersosialisasi di lingkungan sekitar, memiliki tanggung jawab memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga dan membesarkan anak seorang diri sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup ibu tunggal tersebut.

Menurut Maulida & Kahija (2015) Ibu tunggal merupakan wanita yang ditinggal oleh suami atau pasangan hidupnya karena terpisah, bercerai atau meninggal dunia dan memutuskan untuk tidak menikah melainkan membesarkan anak-anaknya seorang diri. Menurut Rahayu (2017) Ibu tunggal memiliki tanggung jawab sebagai pencari nafkah dan waktu untuk memperhatikan kebutuhan anak secara psikologis.

Menurut hasil survey Sosial Ekonomi Nasional yang dilakukan oleh Biro Pusat Data Statistik pada tahun 2011 jumlah orang tua tunggal atau dapat disebut sebagai janda di Indonesia bagian perkotaan ialah berjumlah sekitar 3.644.160 jiwa dengan rincian 781.520 jiwa orang tua tunggal wanita karena perceraian, sedangkan dipedesaan berjumlah sekitar 5.270.876 jiwa ibu tunggal dengan rincian 1.076.833 jiwa karena perceraian (Adilah, 2019). Perceraian paling banyak dilakukan oleh pihak istri dengan permohonan gugat cerai yang berjumlah angka 224.239 sedangkan dari pihak suami melakukan perceraian dengan jalur cerai talak berjumlah 212.400 (Saputra, 2016).

**Tabel. 1**

<b>Data Ibu Tunggal perceraian di Yogyakarta dari tahun 2017 s/d 2019</b>					
<b>No</b>	<b>Cerai Talak</b>	<b>Cerai gugat</b>	<b>Harta Bersama</b>	<b>Penguasaan anak</b>	<b>Ket</b>
<b>1</b>	1577	4264	26	27	Tahun 2017
<b>2</b>	1590	4267	26	31	Tahun 2018
<b>3</b>	1123	3015	7	10	Per Oktober 2019

Sumber: Pengadilan Tinggi Agama Yogyakarta

Tabel di atas menunjukkan tingginya angka perceraian yang ditangani Pengadilan Tinggi Agama Yogyakarta. Jika dilihat dari kasus cerai talak dan cerai gugat, jumlah kasus perceraian di Yogyakarta terjadi di atas 1.000 kasus tiap tahunnya dan kian memprihatinkan. Hal itu terlihat dari tingginya angka perceraian yang ditangani Pengadilan Tinggi Agama Yogyakarta sepanjang tahun 2017 hingga tahun 2019. Jumlah ibu tunggal sebesar 14,84% jauh lebih besar dibandingkan dengan jumlah ayah tunggal sekitar 4,05% (Badan Pusat Statistik dalam Rahayu, 2017).

Menteri pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak (PP-PA) menyatakan pada tahun 2011 jumlah data ibu tunggal yang menjadi kepala rumah tangga berjumlah tujuh juta orang (Gumelar, 2012). Menurut Maulida & Kahija (2015) menyampaikan bahwa Ibu tunggal memiliki permasalahan sukar dalam mengontrol emosi negatif dengan baik seperti marah, kecewa dan sedih sehingga dapat mempengaruhi pola asuh terhadap anak-anaknya.

Seorang wanita yang ditinggal mati oleh suaminya dapat merasakan duka cita mendalam dan mengalami gangguan kesehatan fisik, kesehatan psikologis, kesepian, frustrasi dan sukar melupakan kenangan bersama suami (Papalia dkk dalam Sirait & Minauli, 2015). Ibu tunggal karena perceraian dapat mengurangi kebahagiaan sebab adanya tekanan sosial yang dihadapi yaitu perebutan hak asuh dan tidak adanya dukungan dari suami, gagal dalam memenuhi harapan keluarga dan masyarakat, sehingga rentan adanya permasalahan antar dua pihak keluarga dan dapat menyebabkan gejala depresi sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidupnya (Lansford dkk dalam Sirait & Minauli, 2015). Menurut Sirait & Minauli (2015) Ibu tunggal karena perceraian lebih sulit menghadapi permasalahan lingkungan sosial dibandingkan pada ayah tunggal. Terlebih lagi pada wanita yang dicerai bukan hanya dikucilkan dari kegiatan sosial bahkan lebih buruk lagi seperti kehilangan teman lamanya.

Perceraian merupakan sebuah pengalaman yang dimulai dari sebelum perpisahan fisik dan terus berlangsung setelah terjadinya perpisahan tersebut. Perceraian dapat mengurangi kebahagiaan dari pihak yang tidak memulai perceraian atau tidak menikah kembali dikarenakan adanya gangguan hubungan orang tua dan anak, perselisihan dengan mantan pasangan, kesulitan ekonomi, kehilangan dukungan emosional, dan harus keluar dari rumah (Amato dalam Yulianingsih & Masykur, 2019). Perceraian dapat menyebabkan perasaan gagal, bersalah, permusuhan dan mencaci diri sendiri, ditambah lagi tingkat depresi, sakit dan kematian yang tinggi (Kitson, morgan & thabes dalam Yulianingsih & Masykur, 2019).

Hasil wawancara dan observasi pada partisipan SR dilakukan pada tanggal 16 november 2019, di rumah partisipan SR berlokasi di daerah Kulon progo. Partisipan SR berusia 41 tahun serta memiliki 2 orang anak perempuan yaitu RZ berusia 21 tahun dan DA berusia 14 tahun, partisipan SR memiliki pekerjaan mengasuh anak (*babysitter*) dan memiliki usaha jasa laundry bersama kedua anaknya.

Partisipan SR berstatus janda cerai sejak tahun 2017 sampai saat ini, penyebab bercerai dikarenakan suami tidak bertanggung jawab dalam kebutuhan ekonomi seperti jarang bekerja dan jarang memberi uang kepada istri serta anak-anak, sehingga kebutuhan rumah tangga tidak tercukupi dan hutang semakin menumpuk dan mengharuskan SR untuk bekerja di luar setiap hari supaya dapat memenuhi kebutuhan ekonomi.

Setelah berstatus ibu tunggal, partisipan memiliki perasaan lega dikarenakan SR merasakan sebagai peran orang tua yang sesungguhnya sebab tujuan SR bekerja hanya untuk anak-anak dan sisa hutang semakin sedikit, sebelum SR berperan sebagai ibu tunggal dapat bekerja hanya untuk membayar hutang akan tetapi hutang semakin bertambah. Setelah menjadi ibu tunggal, SR merasakan sedih yaitu jarang dapat berkumpul dengan anak-anaknya karena tuntutan pekerjaan, selain memiliki rasa lega dan sedih SR merasakan lebih bebas dari pikiran dan tidak memiliki beban karena dahulu ketika bersama suami dan mertua SR mengalami perasaan tertekan, SR juga dinilai teman-teman lingkungannya sekarang lebih ceria dan seperti tidak ada masalah. Setelah menjadi ibu tunggal SR dapat mengontrol emosi dengan baik seperti ketika ada

orang menghina tidak terlalu dipedulikan dan semakin bersyukur karena SR berpikir masih ada yang dibawahnya memiliki permasalahan yang lebih rumit. Pandangan orang-orang terhadap SR yang berperan sebagai ibu tunggal ialah positif karena ketika bercerai hubungan SR dan suami baik, masyarakat telah mengetahui bagaimana sikap dan sifat suaminya terhadap SR. Partisipan SR memiliki teman-teman dan keluarga yang sangat mendukung SR seperti memberikan motivasi sehingga dapat membuat SR menjadi tampak lebih semangat dalam menjalani hidup.

Ibu tunggal tidak memiliki pasangan dikarenakan bercerai, meninggal atau tidak menikah kembali, dan mengasuh anak seorang diri. Konflik perceraian yang dialami janda dan suami dapat berpengaruh terhadap pengasuhan anak (Dwiyani dalam Yulianingsih, 2019). Remaja yang mengalami perceraian orang tua akan cenderung mengalami ketidakbahagiaan, rendahnya kontrol diri, dan tidak memiliki kepuasan dalam hidup (Amato & Sobolewski dalam Hafiza & Mawarpury, 2018).

Anak berusia remaja untuk menerima perceraian kedua orang tua tidak mudah karena remaja membutuhkan proses agar dapat menerima keputusan tersebut (Woofolk, dalam Hafiza & Mawarpurry, 2018). Dampak perceraian pada anak akan mengalami mudah marah, frustrasi, dan ingin melampiaskannya dengan melakukan hal-hal yang berlawanan dengan peraturan-peraturan seperti memberontak dan lain sebagainya (Maryanti dalam Hafiza & Mawarpury, 2018). Seorang ibu tunggal yang memiliki latar belakang pendidikan dan berpengalaman menjadi pegawai kantor, mungkin dapat meneruskan jenjang karirnya namun bagi

ibu tunggal yang tidak memiliki latar belakang memadai bahkan minimnya pengalaman bekerja seperti pada umumnya mendirikan usaha kecil-kecilan (wirausaha) misalnya berdagang makanan, sayuran, kerajinan tangan ataupun pakaian untuk menjadi solusi, akan tetapi akan mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan keluarganya (Aprilia, 2013).

Menurut Paramitha & Susilawati (2016) sebagian perempuan status ibu tunggal dapat mengalami fenomena yang traumatik sehingga dapat melemahkan diri hidupnya ketika menjalani kehidupan tanpa pasangan. Menurut Sari, Ifdil & Yendi (2019) Ibu tunggal bercerai mengalami berbagai macam permasalahan terutama pada masyarakat dilingkungan sekitar yaitu mengenai pandangan masyarakat yang cenderung menghina atau memberi label buruk terhadap status ibu tunggal sehingga rentan mengalami stres psikologis.

Kualitas hidup yang baik adalah kualitas yang didasarkan dengan kebahagiaan sehingga adanya kepuasan dalam diri dan memiliki harga diri dan bangga dengan apa yang sudah dijalani dalam kehidupannya sehingga tercipta adanya kesejahteraan dalam hidup (Walker & Avant dalam Afiyanti, 2010). Menurut Anggeria & Daely (2018) Kualitas hidup yang tinggi dapat disebabkan dari semua aspek-aspek kualitas hidup agar dapat terjadinya kepuasan dalam hidup untuk mencapai kualitas hidup yang tinggi. Menurut Papalia & Maulida (2015) Ibu tunggal dapat memiliki emosi yang baik jika belajar dari sebuah pengalaman sebelumnya. Menjalani kehidupan menjadi ibu tunggal dapat berisiko mengalami penurunan kualitas kehidupan, terutama pada kesehatan dan hal ini banyak terjadi pada kaum perempuan yaitu janda (Huda, 2015).

Menurut Sirait & Minauli (2015) Seorang wanita yang berstatus ibu tunggal sangat sulit dalam menghadapi permasalahan lingkungan sosial, sebab peran sebagai seorang ibu merupakan pengalaman yang berat. Terlebih lagi di saat-saat lingkungan tidak berpihak, terkadang seorang ibu takut jika hal tersebut dapat mempengaruhi perkembangan anak-anaknya, sehingga diperlukan sikap kuat dan tegar dalam menghadapi tantangan hidupnya. Ketika menjalankan hidup sebagai ibu tunggal ada yang mampu dapat melanjutkan kehidupannya dengan berhasil melewati permasalahan tanpa pasangan hidup dan tidak sedikit juga ibu tunggal yang belum mampu untuk menghadapi permasalahan tersebut, hal ini akan memiliki resiko yang besar untuk mengalami gangguan mental ataupun fisik.

Ibu tunggal memiliki berbagai permasalahan yang begitu kompleks dimana permasalahan tersebut dapat dibagi menjadi tiga bagian yaitu dari permasalahan sosial, permasalahan ekonomi, dan permasalahan psikologis. Permasalahan muncul dari sisi sosial biasanya berhubungan dengan pandangan masyarakat yang negatif terhadap kehidupan ibu tunggal sehingga membuat ibu tunggal enggan untuk bersosialisasi dengan masyarakat karena takut diperbincangkan yang kurang baik oleh masyarakat, sedangkan permasalahan dari sisi ekonomis tentunya ibu tunggal harus memenuhi tuntutan kebutuhan hidup rumah tangga dan sedangkan permasalahan dari sisi psikologis ibu tunggal mengalami stres dalam menjalankan peran ganda yaitu sebagai ibu dan ayah untuk anak-anaknya (Mahmudah dalam Maulida & Kahidja, 2015). Fokus dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran kualitas hidup pada ibu tunggal yang bercerai sebab dapat memberikan motivasi yang positif pada ibu tunggal

yang memiliki penurunan kualitas hidup sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup yang baik pada ibu tunggal yang bercerai. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran kualitas hidup pada ibu tunggal di Yogyakarta.

### **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

1. Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai gambaran kualitas hidup pada ibu tunggal di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis dapat menambah wawasan ilmu dan aset penelitian kasus khususnya dalam bidang ilmu psikologi klinis sosial yaitu khususnya menyangkut kualitas hidup yang baik pada seorang ibu tunggal.

b. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mengetahui gambaran kualitas hidup pada ibu tunggal sehingga dapat memberikan inspirasi dan motivasi yang positif pada ibu tunggal yang memiliki penurunan kualitas hidup sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup yang baik pada ibu tunggal.